



Auch unter der Garten-Erde schlummern wertvolle Arznei-Stoffe

Knospen, Triebe, Wurzeln

Die Heilkraft der Baby-Pflanzen

Sanft und ohne Nebenwirkungen: Neue Arzneien für die Haus-Apotheke

Es sind die jungen Triebe, die Knospen, Wurzel-Spitzen und Schößlinge von Pflanzen, in denen ihre größte Heilkraft steckt. Wissenschaftler haben belegt,

dass die natürlichen **Substanzen, die das Wachsen und Gedeihen der Pflanze vorantreiben**, hochwirksame Arznei-Stoffe enthalten. In einigen Fällen sind sie schulmedizinischen Mitteln sogar überlegen. Und sie haben einen entscheidenden Vorteil, den immer mehr Naturheilkundler und Homöopathen zu schätzen wissen: Wir können diese sogenannten Gemmo-

Medikamente als natürliche Arzneien völlig ohne Neben- und Wechsel-Wirkungen nutzen. Das Wirk-Spektrum reicht dabei von Linderung bei Magen-Beschwerden bis zu Hilfe bei depressiven Verstimmungen. „Die **Gemmo-Therapie** kann außerdem zur sanften Unterstützung einer schulmedizinischen Behandlung eingesetzt werden“, erklärt Naturheilkundlerin Ale-

xandra Heinrich aus Stuttgart. Die Arzneien sind in der Regel in Sprühflaschen in der Apotheke erhältlich. **Sie werden direkt auf die Mundschleimhaut aufgetragen.** So gelangen die Wirkstoffe sehr schnell in den Organismus, können keine Verdauungs-Beschwerden verursachen – im Gegensatz zu Tabletten oder Tropfen. Diese **fünf Gemmo-Arzneien** sollten in Ihrer Haus-Apotheke nicht fehlen:

1 Besenheide bei Blasen-Problemen

Sowohl bei akuten als auch bei chronischen Blasen-Entzündungen, einer Reizblase oder



einer entzündeten Prostata hilft die Gemmo-Essenz der Besenheide. Das Mittel „Caluna vulgaris“ **fördert die Nieren-Funktion** und desinfiziert auf natürliche Weise die Harn-Wege.

Anwendung: Bei akuten Beschwerden alle zwei Stunden zwei Sprühstöße in den Mund geben, bei chronischen Problemen dreimal täglich zwei Stöße.

2 Ess-Kastanie entlastet die Venen

Für die Gemmo-Therapie werden die jungen Knospen der



Ess-Kastanie (*Castanea vesca*) verwendet. Ihre Essenz wirkt entgiftend und **regt die Lymph-Funktion an.** Deshalb hilft sie gut bei Lymphödemen. Zudem unterstützt sie den Blut-Fluss der Venen und wird daher bei Venen-Stau, Krampf-Adern und allgemein „schweren Beinen“ eingesetzt.

Anwendung: Dreimal täglich drei Sprühstöße in den Mund geben.

3 Tannen-Knospen stärken Knochen und Zähne

Die Essenz der Tannen-Knospen (*Abies pectinata*) bringt den Mineral-Haushalt des Körpers ins gesunde Gleichgewicht. Sie wirkt daher besonders gut bei Problemen mit den Knochen: **Brüche heilen schneller, Osteoporose wird gelindert.** Gemmo-Therapeuten verschreiben häufig zu-



sätzlich die Essenz der **Preiselbeer-Knospe** (*Vaccinium vitis-idaea*). Sie wirkt ähnlich wie das weibliche Hormon Östrogen. Diese Kombination bietet einen besonders guten Osteoporose-Schutz. Außerdem verringert die Tannen-Arznei Karies-Bakterien und stärkt die Zähne. Auch bei eitrigen Entzündungen im Mundraum hilft die Essenz.

Dosis: Dreimal täglich drei Sprühstöße für gesunde Knochen. Gegen Karies und Entzündungen: Stündlich ein Stoß bis zum Zahnarzt-Termin.

4 Himbeeren lindern Frauen-Leiden

Die jungen, geschlossenen Triebe der Himbeere (*Rubus idaeus*) werden vor allem zur Behandlung von Menstrua-

tions-Schmerzen oder heftigen Beschwerden an den Tagen vor der Regel (prämenstruelles Syndrom) eingesetzt. Die Gemmo-Arznei **wirkt krampflösend und schmerzlindernd.** Außerdem bringt sie den Hormon-Haushalt wieder in Balance und kann deswegen bei Verzögerung oder Ausbleiben



der Monatsblutung den Zyklus wieder stabilisieren.

Dosis: Dreimal täglich drei Sprühstöße, bei akuten Schmerzen stündlich je zweimal nehmen.

5 Feigen gegen Angst und Verstimmungen

In den Knospen der Feige (*Ficus carica*) stecken verschiedene natürliche Substanzen, die beruhigend auf das Nervensystem wirken. Diese Stimmungsaufheller helfen bei Ängsten, depressiven Verstimmungen und lindern dadurch auch **stressbedingte Beschwerden wie Einschlaf-Probleme, Migräne, Haut-Irritationen, Geschwüre** und das Reizdarm-Syndrom.

Dosierung: Bei akuten Beschwerden jede Stunde je drei Sprühstöße, bei chronischen Problemen dreimal täglich drei Sprühstöße einnehmen.

